



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### Exploitation détaillée

ernst, beate

Association: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz  
Dossard: 175

Circuit: 5.00 km  
5-km-Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 22:07

Vitesse: 13.56 km/h  
Kilométrage: 4:25 min/km

Place par parcours/Total: 16 (de 50)  
Place par parcours/Femmes: 5 (de 23)  
Meilleur temps dans le parcours: 19:52

Place par catégorie: 1(de 2)  
Meilleur temps dans la catégorie: 22:07

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Tour 1	1.39	5:27	3:55	1	-	5	0:11	1.39	5:27	3:55	1	-	20	
Tour 2	2.35	10:40	4:32	1	-	5	1:12	3.74	16:07	4:18	1	-	20	
Dernier temps Zi	1.30	6:00	4:36	1	-	5	0:52	5.00	22:07	4:25	1	-	5	2:15